

# ABU SPORT

pořádá

15. května 2010

## SEMINÁŘ KUMITE

### Instruktoři



Josef Pěknice  
4. DAN JKA



Pavel Sokol  
2. DAN MSKA



Miloslav Zdražil  
4. DAN WKF

### Program

#### KUMITE

Např.: nácvik kombinací, práce se soupeřem (protiútoky, úhybné manévry, vyvedení z rovnováhy atd.), přemísťování, taktika, strategie a vše co k zápasu patří

Účastníci budou rozděleni na 3 skupiny: C ( do 7.kyu)  
B (6. – 4.kyu)  
A ( od 3.kyu)

chrániče na ruce doporučené, ale nikoli povinné

### Časový plán

	Josef Pěknice	Pavel Sokol	Miloslav Zdražil
9:00-10:30	A	B	C
10:40-12:10	C	A	B
12:20-13:50	B	C	A

prezentace účastníků bude probíhat od 8:00 do 8:50

### Místo konání

Tělocvična ZŠ Ledec nad Sázavou  
Nádražní 780  
584 01  
Ledec nad Sázavou

### Kontakt

Lukáš Havel  
Jaroslava Haška 646  
Ledec nad Sázavou  
Tel.: 724 321 736  
E-mail: lh@atf-sro.cz



### Poplatek

**200,- Kč**

